

früher „Der Ostmärker"

Land- und hauswirtschaftlicher Ratgeber.

Beilage zur „Deutschen Rundschau".

„Die Scholle" erscheint jeden Sonntag. Schluß der Inseraten-Annahme Mittwoch früh. — Nachdruck aller Artikel, auch auszugsweise, verboten.

Anzeigenpreis: Polen und Danzig die einspaltige Millimeterzeile 15 Groschen, im Reklameteil 125 Groschen. Deutschland 10 bzw. 70 Gold-Pfennige.

Nr. 43 Bromberg, den 1. November 1936

Wie beuge ich Frostschäden vor?

Heinrich Wiese, Berlin.

Wenn auch der Gartenbesitzer seine Pflanzen nicht vollkommen gegen Frostschäden schützen kann, so kann er doch Maßnahmen ergreifen, die in vielen Fällen wirksam sind. Pflanzen, die aus wärmeren Gegenden stammen, kann man, wenn sie im Freien festgewurzelt sind, kaum vor den Einwirkungen der Kälte schützen; hier muß man sich auf das Glück verlassen.

Viele Gewächse, die sonst jahrelang gut durch den Winter gekommen sind und dann plötzlich doch absterben, sind weniger der Kälte als vielmehr dem Wassermangel erlegen. Selbst bei starkem Frost verdunsten alle Pflanzenteile immer noch Wasser. Ersatz dafür kann aber die Wurzel wegen des gefrorenen Bodens nicht beschaffen, so daß die oberirdischen Pflanzenteile am Vertrocknen zugrunde gehen. Dieses gilt ganz besonders für immergrüne Pflanzen, wie Alpenrosen, Buchsbaum und Nadelhölzer. Durch die Blätter wird die verdunstende Fläche vergrößert, der besonders der scharfe Ostwind die Feuchtigkeit entzieht! Starke Sonnenbestrahlung vergrößert die Gefahr. Bei Alpenrosen kann man sehr gut den Wassermangel erkennen, weil die Pflanzen dann die Blätter schlaff herunterhängen lassen. Dauert dieser Zustand lange an, so bräunen sich Blätter und Zweige: es tritt der Tod ein. Manche Pflanzen vermögen aus der Wurzel wieder neue Triebe hervorzubringen, wie z. B. der Liguster; andere Pflanzen sterben auch in der Wurzel ab. Die Vorbeugungsarbeiten bei den Immergrünen lohnen sich, da es sich immer um wertvolles Material handelt! Vor Beginn des Winters wird, wenn nicht schon vorhanden, um jede Pflanze eine flache Mulde gemacht und diese mehrmals mit Wasser gefüllt, damit sich der Wurzelballen gut vollsaugt. Notwendig ist diese Arbeit nach einem trockenen Herbst und bei Moorbeetpflanzen (Alpenrosen usw.), die einen dichten, filzigen Wurzelballen haben, der nur lose mit dem Erdreich verbunden ist. Weit- und tiefreichende Wurzeln fehlen hier. Um zu verhindern, daß der Frost zu tief in die Erde eindringt, wird außerdem noch die Erde mit einer Decke aus Laub oder nassem Torfmull belegt.



Unsere Rosensorten stammen zum Teil von Eltern, die ein wärmeres Klima verlangen. Je nach Abstammung leiden sie also mehr oder weniger unmittelbar unter der Kälte. Zum Schutz werden niedrige veredelte Rosen so tief gepflanzt, daß die Veredlungsstellen etwas in die Erde kommen. Im Herbst wird dann noch die Rose angehäufelt. Wenn nun die noch herausstehenden Zweigspitzen erfrieren, treibt die Pflanze willig neue Triebe aus der Veredlungsstelle. Rosenhochstämme werden mit der Krone auf die Erde gebogen, etwas eingegraben und mit Erde bedeckt. Dies ist der sicherste Kälteschutz. Kletterrosen an Wänden usw. werden mit Fichtenreisig bebunden, das vor den im Winter schädlichen Sonnenstrahlen schützt. Durch Beschattung läßt sich auch verhindern, daß Obstbäume, die an Wänden stehen, infolge der Sonnenwärme im Frühling ihre Blüten zu früh öffnen, die dann leicht den Nachtfrösten erliegen.

Obst- und auch andere Bäume erleiden in strengen Wintern häufig Wunden, durch die ganze Stamm- und Astteile zerstört werden. Die Gefahr ist im Frühling am größten! Während der Stamm durch die Einwirkung der nächtlichen Kälte völlig gefroren ist, werden die Rinden- und die äußeren Holzschichten durch die Sonnenwärme aufgetaut. Infolge der hierdurch entstehenden Spannungsunterschiede öffnen sich manchmal tiefe, bis ins Holz gehende Risse — „Frostrisse" — oder es lösen sich große Rindenflecken ab, die meist erst im Sommer durch ihr Abfallen erkannt werden. Man spricht hier von „Frostplatten". Frostrisse und Frostplatten bilden Eingangspforten für pilzliche Schädlinge und führen oft zur Stammfäule. Meist bilden sich die Frostwunden an der Südseite. Sie können so groß werden, daß manchmal der halbe Umfang des Stammes von der Rinde entblößt wird. Wenn auch die



Wunde allmählich wieder zuwächst, so dauert es doch Jahre. Der Baum ist während dieser Zeit im Allgemeinbefinden geschädigt, denn es liegen in der Rinde die Saftleitungsbahnen, die die Wurzeln mit Aufbaustoffen versorgen. Die Neubildung von Wurzeln wird herabgesetzt, ja die Folge kann sein, daß ganze Wurzelpartien absterben. Um eine ungleichmäßige Erwärmung des Stammes und der dickeren Äste möglichst zu verhindern, werden diese Teile mit Kalkmilch angestrichen oder bespritzt. Dieser weiße Überzug verhindert die starke Erwärmung, indem die meisten Sonnenstrahlen zurückgeworfen werden. Dunkle Körper, wie die Baumrinde ohne Kalkanstrich, saugen hingegen die Strahlen auf und erwärmen sich dadurch. Wenn zum Herstellen der Kalkmilch Ätzkalk genommen wird, kann man auch gleichzeitig mit einer Wirkung auf Schädlinge, die sich in den Rinderitzen verborgen hielten, rechnen. Wichtig ist, daß der Kalkanstrich gerade im Frühjahr noch wirksam ist; wenn er zu früh aufgebracht wird, so ist er bis dahin abgefallen und muß erneuert werden.

Auch die unterirdischen Organe können durch Kälte geschädigt werden. Deshalb schützt man empfindliche Stauden



durch eine Laub- oder Dungdecke vor dem Erfrieren. In dem strengen Winter 1928/29 sind sogar die Wurzeln der Obstbäume erfroren. Viele Kirschbäume wurden in dem darauffolgenden Sommer plötzlich welk und gingen ein, obwohl sie im Frühling noch Blüten und Blätter getrieben hatten. Die Untersuchung ergab, daß die Wurzeln braun und abgestorben waren, während Stamm und Äste noch gesund waren. Dieses ist dadurch erklärbar, daß unsere Obstbäume aus zwei Pflanzen bestehen, aus dem Wildling (der Wurzel) und dem Edeling (der Stamm und der Krone). Während der Edeling widerstandsfähig war, ging der Wildling ein. Auch bei Birnen und Äpfeln ist die Unterlage ab und zu erfroren. Hiergegen läßt sich kaum etwas unternehmen; glücklicherweise sind so strenge Winter selten.

Obst- und Gartenbau.

Obstbaumschutz im November.

Formobstbäume, die meist auf Zwergunterlage veredelt sind, schützt man vor Frost durch eine Winterdecke von Mist. In Gegenden mit strengen Wintern soll man die Veredelungsknollen noch mit Erde anhäufeln. Bevor man jedoch diese Arbeiten ausführt, prüfe man den Wurzelhals auf Blutläuse, die mit Vorliebe diese geschützten Stellen aufsuchen. Als Gegenmittel benutzt man ein gutes wasserlösliches Obstbaumkarbolineum. Die Blutlaus sitzt zumeist an Schnitt- und Wundstellen. Deshalb schneide man an Bäumen, soweit durchführbar, stets mit dem Messer. Die Schere verursacht immer eine Quetschwunde.

Obstbaumkarbolineum vernichtet noch Moos und Flechten und ist zweifellos auch wirksam gegen den Krebs.

Sehr wichtig ist ferner der Kampf gegen die verschiedenen Schildläuse an den Obstbäumen, am Beerenobst, am Pfirsich und Wein. Hier gilt das gleiche wie für die Blutlaus. Natürlich wird man erst an allen Bäumen den Schnitt vornehmen und dann den Winterkampf beginnen. Schon dadurch wird ein großer Teil der Krankheitsherde entfernt. Aller Abfall wird gesammelt und verbrannt. Danach folgt das Umgraben des Bodens und das Aufbringen von Kalk.

*

Viele Obstbauern kennen die stille Arbeit der Schildläuse gar nicht. Vielfach werden ihre Schilde für Rindenteile angesehen. Die Tiere bewegen sich nur in der Jugend. Haben sie dann einen passenden Platz zur Ansiedlung gefunden, so saugen sie sich an der Rinde fest, scheiden einen Wachspanzer ab und leben darunter verborgen. Im Herbst stirbt das Tier zumeist ab und läßt seine Eier unter dem Schilde zurück. Oftmals sieht man an den Bäumen ganze Borken von Schilden der lebenden und abgestorbenen Tiere. — Von den Blattläusen sei nur bemerkt, daß auch ihre Eier durch die allgemeine Karbolineumspritzung vernichtet werden.

Auf das Beseitigen der Raupennester sei besonders hingewiesen. Hauptsächlich handelt es sich um die des Goldafters und um kleinere, etwa pflaumengroße Gespinste des Baumweißlings.

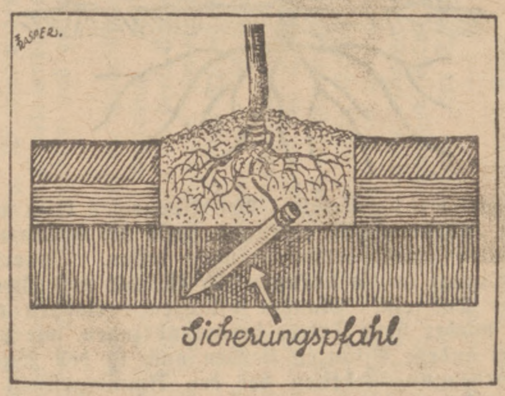
Die von den Eiern des Ringelspinners besetzten Zweige schneidet man am besten ganz weg und vernichtet die Eier durch Eintauchen in kochendes Wasser.

Vom Obstbaum-Splintkäfer gibt es zwei Arten, den großen oder glänzenden und den kleinen runzligen. Die Weibchen bohren sich im Frühjahr in die Rinde schon befallener, z. T. aber auch gesunder Bäume. Dort legen sie einen sogenannten Muttergang im Splint an und besetzen ihn reihenweise links und rechts mit Eiern. Die auskriechenden Larven fressen sich seitlich, jede für sich, ihren Gang und verpuppen sich darin, sobald sie erwachsen sind. Wo diese Käfer auftreten, sterben zuerst die Zweige, dann die Äste und schließlich ganze Bäume ab. Ihr Dasein zeigt sich durch kleine Rindenlöcher, Bohrmehl und abgelöste Rindenteile an. Jetzt ist auch die beste Zeit, befallene Holzteile zu entfernen und zu verbrennen. Schon halbdürre Bäume müssen abgehauen und verbrannt werden. Gartenbauinspektor G. K.

Obstbaum-Dieben das Handwerk zu legen.

Nicht immer ist es möglich, Obstbäume in umhegte Gärten zu pflanzen oder sie Tag und Nacht zu bewachen. Im Vertrauen auf die Ehrlichkeit der Mitmenschen werden vielmehr alljährlich viele Obstbäume in freies Gelände, an Wege und in offene Kleingärten gepflanzt. Aber eines Tages muß man dann die traurige Feststellung machen, daß über Nacht Langfinger am Werke waren. Alle Mühe und die aufgewandten Mittel sind dahin.

Da Vorbeugen besser als Heilen ist, sei nachstehend ein Verfahren mitgeteilt, das die zuverlässige Sicherung frischgepflanzter Obstbäume ermöglicht. Für jeden Baum wird hierfür je ein alter Pfahl, etwa 60—80 Zentimeter lang, benötigt. Dort, wo ohnehin Baumpfähle gesetzt werden, können die Kurzpfähle auch gespart werden. Ehe nun der Baum gepflanzt wird, treiben wir den Sicherungspfahl in der Mitte der Baumgrube schräg in den Boden. Alter Draht, etwa 2 Millimeter stark und möglichst unverzinkt (Torfballen-Draht) — wird nun in entsprechender Länge unterhalb des Pfahlkopfes an dem Pfahl befestigt. Es genügt, ihn einige Male herumzudrehen und mit einigen Krampen festzuschlagen.



In die Grube füllen wir jetzt, wie beim Pflanzen üblich, etwas Erde, wobei die Drahtenden herausragen müssen. Nun wird der Baum in die Grube gesetzt, die Drahtenden führen wir durch das Wurzelwerk zum Wurzelhals, um den sie mit

einer Zange zusammengedreht werden. Aber der Wurzelhals muß eine entsprechende Schutzhülle haben, damit der Draht keine Beschädigungen verursachen kann. In gewohnter Weise wird nun das Baumloch zugefüllt, und zwar um den Stamm des Baumes etwas höher, um die Drahtsicherung zu verdecken. Im nächsten Jahre wird diese kleine Erhöhung beseitigt. Denn dann hat die Sicherung ihren Zweck erfüllt: der Baum ist angewurzelt. Der Draht kann jetzt auch durchgekniffen werden, damit er nicht etwa den Baum später einschnürt. Falls unverzinkter Draht verwendet wurde, ist dies nicht nötig, weil er durchrostet.

Diese Baumsicherung kann bei allen Baumformen verwendet werden. Bei Hochstämmen, die zumeist einen Pfahl erhalten, kann dieser für die Sicherung dieselben Dienste leisten, wie der Ankerpfahl. Gartenmeister Steffek.

Wassersucht bei Stachel- und Johannisbeer-Hochstämmchen.

Stachel- und Johannisbeer-Hochstämmchen leiden nicht selten an einer Krankheit, die man als Wassersucht bezeichnet. Solche Stämmchen zeigen beulenartige Anschwellungen der Rinde, die später aufplatzen und eine rote, wässerige Masse absondern. Wenn die Krankheit schon so weit fortgeschritten ist, führt sie bestimmt zum Absterben der Krone. Hervorgerufen wird die Wassersucht meist durch eine zu starke Düngung mit Jauche, Latrine u. dgl. Die Stämmchen wissen dann mit dem überschüssigen Nährsaft nichts anzufangen und kränkeln. Bei der Düngung der Stämmchen ist darum vor



Nach einem Foto des Verfassers (M).

einer Überdüngung mit Stickstoff zu warnen und man hat bei eingetretener Wassersucht statt des Stickstoffs für erhöhte Zufuhr von Kali und Kalk Sorge zu tragen. Das sind bekanntlich die Nährstoffe, die u. a. kräftigend auf die Holz- und Rindenbildung einwirken, überhaupt den Pflanzen ein festes, widerstandsfähiges Gefüge verleihen. Daß daneben auch der Phosphorsäure als dem Träger der Blüten- und Fruchtbildung Rechnung zu tragen ist, bedarf wohl keines besonderen Hinweises. Jedenfalls wird durch eine sachgemäße Düngung dem Auftreten der Wassersucht vorgebeugt.

Die Ableitung des überflüssigen Saftes kann auch dadurch erfolgen, daß man an der Unterlage einige Triebe als Zugäste stehen läßt. Zuletzt sei darauf hingewiesen, daß auch gute Heilerfolge beim Auftreten der Wassersucht durch Schröpfen der Stämmchen (April-Mai) erzielt wurden. Herpers.

Wir setzen Blumenzwiebeln!

Wie eine Reihe von kleinen Heinzelmännchen stehen im Winter die Hyazinthen mit ihren kleinen bunten Mützen auf hohen Gläsern im Doppelfenster. Es gehört freilich viel Geduld dazu, auf diese Weise blühende Blumen zu ziehen, aber aus dem Warten und treulichen Beobachten des Wachstums durch viele Wochen erwächst die schönste Vorfreude, bis endlich eines Tages die zart duftende Blüte durchbricht und uns anlächelt.

Wer im Winter in seinen Doppelfenstern so ein Stückchen blühender Natur haben will, muß jetzt beginnen, die Blumenzwiebeln auf Gläser zu setzen. Diese werden mit Wasser gefüllt, so daß etwa ein Fingerbreit des Glases leer bleibt, dann wird die Zwiebel darauf gelegt. Das Wichtigste ist stets, nur einwandfreie Blumenzwiebeln zu verwenden, sonst ist alle Mühe vergebens und die Enttäuschung umso größer. Die darf mit dem Wasser nicht in Berührung kommen. Das Verdunsten des Wassers genügt allein, um die zarten weißen Wurzeln hervorzulocken. Die Zwiebeln werden mit den bekannten Papiertüten bedeckt und an einen dunklen Ort gestellt. Schon nach kurzer Zeit strecken sich die ersten Würzelchen dem Wasser entgegen. Sie wachsen dann schnell weiter und weiter, bis sie das ganze Glas mit einem feinen Wurzelgezweig füllen. Während dieser Zeit müssen die Gläser an einem dunklen Ort stehen. Sieht man nach, wie weit der Prozeß der Wurzelbildung gediehen ist, so ist stets größte Vorsicht geraten, da die Wurzeln leicht abbrechen. Die Zwiebel darf überhaupt nicht berührt werden.

Ist die Wurzelbildung abgeschlossen, so werden die Gläser zwischen die Doppelfenster gestellt. Es ist dabei günstig, solche Fenster zu wählen, die nicht geöffnet werden, was sich ja beispielsweise in zweifenstrigen Zimmern leicht ermöglichen läßt. Auch soll unter dem betreffenden Fenster sich kein Heizkörper der Zentralheizung befinden. Hier im Doppelfenster, wo die Gläser in Ruhe stehen bleiben, bilden sich im Laufe von ungefähr vier Wochen allmählich kräftige Keime. In dieser Zeit kann man vorsichtig von Zeit zu Zeit das Tütchen abheben und nachschauen, wie weit der Keim gediehen ist. Die jungen Blätter sollen nicht zu weit wachsen. Sobald man den Ansatz der Knospe erkennt, werden die Tütchen entfernt, die das zu frühe Treiben der Blätter verhindern sollen, um die Blüte umso schöner treiben zu lassen.

Wenn das Wasser in den Gläsern zu sehr verdunstet, wird die Zwiebel sehr vorsichtig etwas angehoben und Wasser nachgefüllt. Die Blüte entwickelt sich nun langsam und weitere Pflege der Pflanzen ist nicht nötig. Es gilt jetzt, Geduld zu haben, und jeder wahre Blumenfreund wird mit Freude das Gedeihen und Wachsen seiner Pfleglinge verfolgen.

Vorsicht ist geboten, sobald Frost einsetzt. Die Gläser werden dann auf das innere Fensterbrett gestellt, da sonst leicht das Wasser in den Gläsern gefriert.

Pflanze im Herbst!

Viele werden ihren Bestand an Obstbäumen und Fruchtsträuchern vergrößern wollen. Wer einen Vorsprung gewinnen und guten Erfolg erzielen will, der überlege nicht lange und pflanze im Herbst. Für fast alle Gewächse ist der Herbst die günstigste Pflanzzeit, besonders für Obstbäume und Beerenobst. Wird die Pflanzung nach Vorschrift (Markenware!) vorgenommen, dann kann man möglicherweise bereits im nächsten Jahre mit einer kleinen Ernte — insbesondere von Beerenobst — rechnen. Überhaupt kann dessen Anpflanzung nicht genug empfohlen werden. Frühe und reiche Ernten werden bald der Lohn sein. Beim Kern- und Steinobst müssen wir etwas Geduld haben. Je nach dem Alter der gepflanzten Bäume werden wir aber auch von diesen im kommenden Jahre etwas — im nächsten Jahre schon mehr — ernten können. Lohnend ist der Anbau der Sauerkirschen, von denen die Schattenmorelle (große, lange Lotkirsche) am dankbarsten ist. Sie kann in jeder Form verwendet werden; die üblichste ist die Buschform. Alle leeren, nach Norden gelegenen Mauern und Wände sollten mit Spalieren von Sauerkirschen bepflanzt werden. Gartenbauinspektor K.

Viehzucht.

Zwillingsgeburten.

Bei unseren großen Haustieren sind Zwillingsgeburten durchaus unnormal. Das kann man daran erkennen, daß bei Pferden ein solche Geburt nur selten glückt. Auch im Kuhstall sind Zwillinge unerwünscht, weil sie die Mutter überanstrengen und außerdem aus solchen Kälbern nicht viel wird. Ist eins weiblich, so ist es stets unfruchtbar.

Zwillinge können entweder aus zwei gleichzeitig reifen Eiern entstehen oder aber ein befruchtetes Ei hat sich geteilt. Solche eineiigen Zwillinge gleichen sich stets außerordentlich, denn sie lagen ja in einer Eihaut und sind auch stets gleichgeschlechtlich. Die Vererbungswissenschaftler kommen hier auf ihre Kosten, denn was etwa an den beiden Tieren verschieden sein sollte, können nur die Einflüsse der Umgebung hervorgebracht haben. ie.

Geflügelzucht.

Taubenfütterung im Spätherbst und Winter.

Selbstverständlich dürfen die Tauben auch im Spätherbst und Winter nicht hungern, jedoch muß in dieser Zeit ein Wechsel in der Art der Fütterung vorgenommen werden, auch soll man die Tauben im Futter knapper halten. Man kann von der Fütterung mit Hülsenfrüchten abgehen und dafür Hafer, Gerste, Kartoffeln verfüttern. Wie Roggen, so fressen Tauben auch Hafer nicht gern, fehlt ihnen aber andere Nahrung, so fressen sie auch diese, so viel wenigstens, wie zur Stillung des Hungers und zur Erhaltung der Körperkräfte notwendig ist. In manchen Gegenden wird vom Spätherbst an Weizen an Tauben verfüttert; es gibt jedoch viele Züchter, die von einer Weizenfütterung an Tauben nichts wissen wollen. Hafer und Gerste als Hauptfutter können abwechselnd, oder auch miteinander vermischt, verabfolgt werden. Körner sollen hauptsächlich am Nachmittag gegeben werden, am Vormittag halten es viele Züchter mit einer Fütterung von kleingestampften, warmen Kartoffeln, denen Weizenkleie, Raps und Futterhirse beigemengt sind. Anstatt der Kartoffeln können kleingemachte, altes Semmeln oder altes Brot genommen werden. Kommt im Winter eine Zeit mit tiefen Temperaturen, so ist das Futter mehr fettbildend zu machen, in das Kartoffelfutter ist etwas Leinöl einzumischen. Überhaupt kann bei länger andauernder Kälte etwas reichlicher gefüttert werden.

Für Haus und Herd.

Wir kochen Kohl!

Die Landwirtschaft erfreut sich in diesem Jahre einer Kohlernte, die weit über das Maß der gewöhnlichen Ernte hinausgeht. Es ist selbstverständlich, daß die bei den Bauern und den Gemüsebaugroßbetrieben aufgespeicherten Kohlmengen nicht dem Verderb preisgegeben werden dürfen. Aus diesem Grunde erwächst jeder Hausfrau die volkswirtschaftliche Pflicht, in ihrem Haushalt den Kohlverbrauch zu steigern und im Herbst und Winter den verschiedenen Kohlarten im Rahmen des täglichen Speisezettels mehr Platz einzuräumen als bisher.

Die wenigsten Hausfrauen verstehen es, Gemüse im allgemeinen und Kohl im besonderen vielseitig und in schmackhafter Form auf den Tisch zu bringen. Ja, wir haben Fälle, in denen die Frauen der Aufgabe, Gemüse zu kochen, sogar völlig hilflos gegenüberstehen.

Gerade für den Herbst und Winter spielt der Kohl als Frischgemüse eine bedeutende Rolle. Und die vielen Kohlarten ermöglichen es, fast täglich ein anderes Kohl-Gemüse in abwechselungsreicher Form auf den Tisch zu bringen. Am meisten beherrscht natürlich der Weißkohl um diese Jahreszeit den Markt. Denken wir einmal daran, daß er durchaus nicht immer nur in der hergebrachtn Form als geschmortes Gemüse oder als „gefüllter Kohl“ angerichtet werden muß. Daneben besteht noch die Möglichkeit schmackhafter Kohlsuppen, Sauerkohl ist ebenfalls ein sehr willkommenes Gericht, und endlich kann man noch den Mittags- oder Abendtisch durch einen sehr fein gehobelten Kraut-Salat, der mit wenig Essig und Öl und einer Prise Salz und Pfeffer ein paar Stunden durchziehen muß, bereichern.

Nicht vergessen sei, daß sich alle Kohlarten für Eintopfgerichte ausgezeichnet eignen. Dick eingekochte Gemüsesuppen, Hammelfleisch mit Wirsing, Sauerkraut mit Speck oder Pökelfleisch ergeben nahrhafte und schmackhafte Gerichte. Und der beliebte Rotkohl läßt sich ebenfalls nicht nur als Gemüse, sondern auch als Rohkostsalat bereiten.

Man hört gelegentlich von Hausfrauen die Klage, daß Kohl für einen empfindlichen Magen schwer verdaulich sei. Man kann diesem Umstand aber abhelfen durch entsprechende Behandlung. Im allgemeinen soll Kohl wie jedes andere Gemüse nur in Fett und sehr wenig Wasser weichgedünstet werden, damit alle Nährstoffe darin erhalten bleiben. Wer nun aber empfindlich ist oder den ausgesprochenen „Kohlgeschmack“ nicht liebt, kann den Kohl, ehe er weichgekocht wird, entweder kurz mit kochendem Wasser überbrühen oder ihn in heißem Wasser einmal kurz aufkochen lassen. Das Wasser wird dann abgegossen und der Kohl mit ganz wenig neuem Wasser und Fett gargekocht. Auf diese Weise wird er auch dem empfindlichen Magen bekommen. —g.

Tomatenreis.

1 Kilo Tomaten schneidet man in kleine Stücke, kocht sie in wenig Wasser mit einer Zwiebel, Salz und Pfeffer und streicht sie durch ein Sieb. Dann fügt man das Ganze dem inzwischen halb gargekochten Reis hinzu, bis dieser die rote Farbe angenommen hat, übergießt den Reis mit Fleischbrühe, in der man ihn noch ca. 20 Minuten fertig kocht. Man richtet den Reis ziemlich fest an. Falls er nicht pikant genug ist, kann man ihn noch mit dem Saft einer halben Zitrone würzen. Auch Fleischreste können zwischen den Reis gemengt werden.

*

Pilzsuppe.

1 Kilo gemischte Pilze werden geputzt, in nicht zu kleine Stücke zerhackt, in Butter gedünstet und in einer Fleischbrühe 20 Minuten gekocht. Dann quirlt man eine inzwischen hergerichtete braune Mehlschwitze in die Suppe ein, würzt diese mit Salz und Pfeffer, gibt kleingehackte Petersilie und etwas Schnittlauch hinzu und kocht eine weitere Viertelstunde. Kurz vor dem Anrichten verquirlt man ein Achtelliter saure Sahne mit zwei Eigelb und gibt sie in die fertige Suppe.

*

Gefüllter Kohl.

Kohlblätter werden in Salzwasser halb weichgekocht, worauf man sie abkühlen läßt. Dann nimmt man mehrere Blätter auf eine Serviette und gibt in die Mitte etwas gehacktes Fleisch, welches man nach eigenem Geschmack gewürzt hat, und schlägt die Kohlblätter darüber hinweg, nimmt die Serviette ganz kurz und dreht das ganze Gebilde recht fest zusammen. Nun setzt man die einzelnen kleinen Kohlköpfe, die man auf diese Weise gewonnen hat, in steigende Butter, füllt etwas Bouillon nach und läßt das Ganze ca. drei Viertelstunden dämpfen.

*

Hammelfleisch mit Schwarzwurzeln.

Man schneide mageres Hammelfleisch in große Würfel, brate sie mit etwas Butter an, bestäube sie mit einem Gemisch von einem Löffel Mehl und einer Prise Zucker und lasse sie braun schwitzen. Dann füge man eine Tasse Wasser, einige kleine Schalotten und in etwa vier Zentimeter lange Stücke geschnittene Schwarzwurzeln hinzu. Gesalzen und gepfeffert, läßt man das Gericht etwa anderthalb Stunden verdeckt schmoren. — Verfeinert läßt sich dem Gericht noch eine Knoblauchwurst hinzufügen, die man im Topf mitdünsten läßt und vor dem Anrichten in Scheiben schneidet und untermengt.

*

Salatsuppe mit Knackwürsten.

Man dünstet eine in Streifen geschnittene Sellerieknolle, zwei gelbe Rüben und etwas Petersilienwurzel und einen ganzen Kopfsalat in Butter. Ist der Salat weich, treibt man ihn durch ein Sieb, bestäubt die geschnittenen Gemüse indessen mit etwas Mehl und gibt diese in einen Suppentopf von Fleisch- und Erbsenbrühe. Dann kocht man den durchgetriebenen Salat mit der geseihten Suppe auf und richtet diese mit in Scheiben geschnittenen Knackwürsten und in Butter gerösteten Brotwürfeln an.

*

Immer wieder: seid mäßig!

Der Laie rechnet gewöhnlich mit fünf Mahlzeiten und glaubt, seiner Gesundheit zu schaden, wenn er eine dieser Mahlzeiten ausläßt. Der Arzt bezeichnet dieses häufige Essen als „Unmäßigkeit“. Es ist zwar angebracht, die für den Körper erforderliche Nahrung möglichst zu verteilen, aber abends noch größere Mengen Speisen zu sich zu nehmen, ist schädlich. Durch zu vieles Essen wird der Körper ebenso geschädigt wie durch übermäßiges Trinken. Selbstredend soll der Mensch nicht hungern, aber gewohnheitsmäßiges Essen ohne Appetit und das Überladen des Körperhaushalts mit Nährstoffen führen u. a. zur Fettsucht.

Verantwortlicher Redakteur für den redaktionellen Teil: Arno Ströse; für Anzeigen und Reklamen: Edmund Przygodzki; Druck und Verlag von A. Dittmann T. z o. p. sämtlich in Bromberg.